



彩りきれいクリスマス～にんじんレシピ②

にんじんの和風ポタージュ

材 料 (2人分)

にんじん	100g
玉ねぎ	25g
水	200ml
だしパック(中身)	小さじ1/2 ※まるものだしパック使用
牛乳	100ml
塩こしょう	適量
パセリ	適量

- ① にんじん・玉ねぎは薄切りし、鍋にお湯を沸かし、だしパック中身を入れ、にんじん・玉ねぎがやわらかくなるまで茹でる。
- ② 火からおろして粗熱が取れたら、ミキサーに入れてなめらかになるまで攪拌する。
- ③ ②を鍋に戻して再び火にかけ、牛乳を加え塩こしょうで味を調える。
- ④ 器に注ぎ、パセリをのせてできあがり♪

コツ・ポイント

- にんじん・玉ねぎはやわらかくなるまで茹でることがポイントです。
- やわらかくなった野菜をミキサーにかけることで、裏ごしなしでもなめらかになります。
- 味つけはお好みで調整してください。